SIGMA GERMANY

ES

sTs

SPEED DIGITAL WIRELESS

CAD DIGITAL WIRELESS

HRM DIGITAL WIRELESS

LAP COUNT

DATA LOG

MULTI SPORT

PC MAC READY

ROX 5.0

BIKE COMPUTER

Índice

1 Funcionalidad y contenido del embalaje 7
1.1 Prólogo 7
1.2 Contenido del embalaje 7
1.2.1 Accesorios opcionales 8
1.3 Funcionalidad del ROX 5.0 9
1.3.1 Interfaz de PC 9
2 Montaje del ROX 5.0 y primer encendido 10
2.1 Montaje del soporte 10
2.2 Montaje del transmisor - Velocidad y frecuencia de pedaleo 10
2.3 Montaje de los imanes - Velocidad y frecuencia de pedaleo 10
2.4 Colocación del transmisor pectoral 10
2.5 Montaje de la 2.ª bici 10
2.6 Montaje del Sigma ROX 5.0 en el soporte 10
2.7 Primer encendido 11
2.8 Sincronización de los sensores 11
2.8.1 Sincronización de la velocidad 11
2.8.2 Sincronización de la frecuencia de pedaleo 11
2.8.3 Sincronización del transmisor pectoral 11
2.8.4 Restablecer sincronización 12
3 Concepto de manejo 13
3.1 Funciones de las teclas 13
3.1.1 Funciones de las teclas en modo bicicleta 14
3.1.2 Funciones de las teclas en modo carrera 14
3.2 Estructura de la pantalla 15
3.2.1 Segmento superior de la pantalla 15
3.2.2 Segmento central de la pantalla 15
3.2.3 Segmento inferior de la pantalla 15
4 Ajustes básicos 16
4.1 Ajustar idioma 16
4.2 Ajustar unidad de medida 16
4.3 Ajustar tamaño de rueda 1 y 2 16
4.3.1 Calcular tamaño de rueda 17
4.4 Ajustar hora 18
4.5 Ajustar fecha 18
4.6 Ajustar edad 18
4.7 Ajustar peso 19
4.8 Ajustar sexo 19
4.9 Ajustar frecuencia cardíaca máxima 19

4.10 Ajustar zona de entrenamiento ... 20
4.10.1 Mostrar zona de entrenamiento en modo normal ... 20
4.11 Ajustar zona de intensidad 1, 2, 3, 4 ... 21
4.11.1 Mostrar zona de intensidad en modo normal ... 21
4.12 Ajustar kilómetros totales bici 1 o bici 2 ... 22
4.13 Ajustar tiempo total de recorrido bici 1 o bici 2 ... 22
4.14 Ajustar tiempo total de carrera ... 23
4.15 Ajustar calorías totales bici 1 o bici 2 ... 23
4.16 Ajustar calorías totales carrera ... 24
4.17 Activar alarma de zona ... 24
4.18 Ajustar contraste ... 24
4.19 Salir de ajustes básicos ... 25
5 Funciones generales del ROX 5.0 ... 26
5.1 Iluminación de la pantalla ... 26
5.2 Comparación de velocidad ... 26
5.3 Función de vueltas ... 26
5.4 Abrir vista de vueltas ... 27
5.5 Cronómetro ... 27
5.6 Cuenta regresiva ... 27
5.7 Restablecer datos del recorrido ... 28
5.8 Valores totales bici 1 y bici 2 ... 28
5.9 Intervalos de servicio técnico ... 28
5.10 Modo de transporte ... 28
5.11 Interfaz de PC ... 28
5.12 Transmisión de velocidad por cable ... 29
6 Carrera con ROX 5.0 ... 30
6.1 Sincronización del transmisor pectoral ... 30
6.2 Iniciar tiempo de carrera ... 30
6.3 Reiniciar tiempo total de carrera ... 30
7 Indicaciones, solución de problemas, FAQ ... 31
7.1 Indicaciones ... 31
7.1.1 Hermeticidad del ROX 5.0 ... 31
7.1.2 Hermeticidad del transmisor (accesorio opcional) ... 31
7.1.3 Cuidado del transmisor pectoral (accesorio opcional) ... 31
7.1.4 Indicación de entrenamiento ... 31
7.2 Solución de problemas ... 32
7.3 FAQ (preguntas frecuentes) ... 33
8 Especificaciones técnicas ... 34
8.1 Valores estándar, mín., máx. ... 34
8.2 Cambio de baterías ... 36

8.3 Temperatura, baterías 36
9 Garantía 37
10 Index 39

1 Funcionalidad y contenido del embalaje

1.1 Prólogo

Muchas gracias por haberse decidido por un ciclo computador de SIGMA SPORT. Su nuevo ROX 5.0 será su compañero fiel durante muchos años mientras ande en bicicleta. Para poder conocer y utilizar las múltiples funciones de su nuevo ciclo computador, lea atentamente este manual de instrucciones.

SIGMA SPORT le desea que se divierta usando su ROX 5.0.

El ROX 5.0 es un ciclo computador multifunción que le brinda una gran cantidad de información durante y después de un recorrido:

- velocidad, tiempo, distancia, frecuencia cardíaca, zonas de intensidad, etc.
- transferencia de toda la información a un PC para que pueda leer y representar gráficamente los resultados de su recorrido en forma sencilla

1.2 Contenido del embalaje

Ciclo computador 	Soporte
Transmisor de velocidad STS 	Imán de rayos

Pulsera 	Transmisor de frecuencia cardíaca STS con transmisor pectoral
Transmisor de frecuencia de pedaleo STS 	Imán de frecuencia de pedaleo
Llave del compartimento de la batería 	Material de fijación (precintos, anillos tóricos)
Guía de inicio rápido	

1.2.1 Accesorios opcionales

Estación de conexión 	Soporte con cable

1.3 Funcionalidad del ROX 5.0

El ROX 5.0 es un ciclo computador versátil que puede medir la distancia, la velocidad, la frecuencia de pedaleo y el pulso.

Todos los valores actuales (velocidad momentánea, pulso actual, frecuencia de pedaleo actual y vuelta actual) pueden leerse en forma permanente y sencilla en la gran pantalla.

El ROX 5.0 tiene las clásicas características de los ciclo computadores, como ser dos bicicletas ajustables (estas se pueden reconocer automáticamente con ayuda del transmisor de velocidad STS), inicio/detención automático y otras posibilidades de funciones para calibrar la altitud.

1.3.1 Interfaz de PC

El ROX 5.0 se puede conectar al PC. La estación de conexión disponible en forma opcional permite el intercambio de datos entre su PC y el ROX 5.0.

También puede realizar los ajustes del ROX 5.0 en el PC y luego transferirlos al ciclo computador.

2 Montaje del ROX 5.0 y primer encendido

Indicación

Consulte el montaje en detalle en la guía de inicio rápido suministrada.

2.1 Montaje del soporte

- Fijación en el manillar o en la tija;
- quitar la lámina amarilla del soporte (colocada en forma permanente);
- el soporte puede montarse con precintos (colocación permanente) o con anillos tóricos.

Véase la imagen de montaje **1.1** **1.2** **1.3** **1.4**

2.2 Montaje del transmisor - Velocidad y frecuencia de pedaleo

- Ambos transmisores pueden montarse con precintos (colocación permanente) o con anillos tóricos.

Véase la imagen de montaje **2.1** **3.1**

2.3 Montaje de los imanes - Velocidad y frecuencia de pedaleo

Véase la imagen de montaje **2.3** **3.2**

2.4 Colocación del transmisor pectoral

- Humedecer los electrodos con agua o cardiogel.

Véase la imagen de montaje **4.1** **4.2** **4.3** **4.4**

2.5 Montaje de la 2.ª bici

- ATENCIÓN:
  Para cambiar el transmisor de velocidad STS a "Bici 2", presione con un bolígrafo el botón situado en la parte posterior del transmisor durante 5 s, hasta que el LED rojo parpadee (LED rojo: bici 2; LED verde: bici 1).

Véase la imagen de montaje **6.1**

2.6 Montaje del SIGMA ROX 5.0 en el soporte

Véase la imagen de montaje **6.2**

2.7 Primer encendido

Por razones de consumo de corriente, el ROX 5.0 se encuentra en el modo llamado modo de hibernación. Presione las teclas MODE 1 + SET simultáneamente durante 5 segundos para sacar al ROX 5.0 del modo de hibernación.

El ROX 5.0 pasa al modo de ajuste.

2.8 Sincronización de los sensores

Para la sincronización de los sensores el ROX 5.0 debe estar encastrado en el soporte.

Los ceros de la velocidad, frecuencia de pedaleo y pulso parpadean mientras se sincroniza el sensor correspondiente.

Una vez que la sincronización se ha realizado, el valor correspondiente se muestra en la pantalla del ROX 5.0.

2.8.1 Sincronización de la velocidad

Para ello hay 2 posibilidades:

- Arrancar; normalmente el receptor se habrá sincronizado una vez que la rueda haya dado 5 vueltas.
- Girar la rueda delantera hasta que en la pantalla se visualice la indicación de km/h.

2.8.2 Sincronización de la frecuencia de pedaleo

Para ello hay 2 posibilidades:

- Arrancar; normalmente el receptor se habrá sincronizado una vez que el pedal haya dado 5 vueltas.
- Girar el pedal hasta que la frecuencia de pedaleo actual se muestre en la pantalla.

2.8.3 Sincronización del transmisor pectoral

Humedecer las superficies del sensor y colocar el transmisor pectoral.

Por favor desplazarse en cercanías del ROX 5.0 o subir a la bici. Normalmente el ROX 5.0 se sincroniza con el transmisor pectoral en menos de 10 segundos.

El pulso actual aparece en la pantalla.

2.8.4 Restablecer sincronización

Si un sensor no indica ningún valor o está sincronizado el sensor incorrecto, se puede restablecer la sincronización.

1 Mantenga presionada la tecla Mode 1 durante 3 segundos.
"Sync. RESET" parpadea en la pantalla.

2 Los ceros de la velocidad, frecuencia de pedaleo y pulso parpadearán mientras el sensor correspondiente se sincroniza de nuevo.

3 Concepto de manejo

3.1 Funciones de las teclas

Tecla Conf. + Reset

Presionando simultáneamente ambas teclas se enciende/apaga la iluminación.

Tecla Reset

Con esta tecla se va un nivel del menú hacia atrás.

Al mantenerla presionada se ponen a cero todos los datos del recorrido actual.

Tecla Mode 2

Con esta tecla se mueve por las funciones del modo 2 (funciones de pulso, etc.) o se va un nivel del menú hacia adelante.

Tecla Lap

Con esta tecla se inicia una nueva vuelta.

Manteniendo presionada esta tecla, se abre la vista de vueltas.

Tecla Set

Con esta tecla se guardan los valores ingresados.

Manteniendo presionada esta tecla, se abren los ajustes básicos.

Tecla Mode 1

Con esta tecla se mueve por las funciones del modo 1 (funciones de bicicleta).

Manteniendo presionada esta tecla, se vuelven a sincronizar los transmisores.

3.1.1 unciones de las teclas en modo bicicleta

Funciones Mode 1	Funciones Mode 2
Distancia de recorrido	Zona meta / % frecuencia cardíaca máx.
Tiempo de recorrido	Zonas de intensidad
Velocidad ø	Frecuencia cardíaca ø
Velocidad máx.	Frecuencia cardíaca máx.
Frecuencia de pedaleo ø	Calorías
Distancia vuelta	Hora
Tiemp. vuelt.	Cronómetro
	Cuenta regresiva
	Temperatura
	Dist. total
	Tiempo total
	Calorías total

3.1.2 Funciones de las teclas en modo carrera

Funciones Mode 1	Funciones Mode 2
Tiempo de carrera	Zona de entrenamiento / % frecuencia cardíaca máx.
Tiempo toal de carrera	Zonas de intensidad
	Frecuencia cardíaca ø
	Frecuencia cardíaca máx.
	Calorías
	Hora
	Cuenta regresiva
	Temperatura
	Calorías total

3.2 Estructura de la pantalla

La visualización de la pantalla del ROX 5.0 está dividida en 3 partes principales:

3.2.1 Segmento superior de la pantalla

Aquí se muestran 4 valores.

- Pulso actual (solo si se ha colocado el transmisor pectoral)
- Pulso demasiado bajo o demasiado alto en relación con la zona meta
- Frecuencia de pedaleo actual (solo si está montado el transmisor de frecuencia de pedaleo, accesorios opcionales)
- LAP Cantidad de vueltas actuales (permanente)

3.2.2 Segmento central de la pantalla

Aquí se muestran la velocidad actual y otros símbolos:

- Símbolo de bici I - bici II
- Comparación de velocidad con la velocidad promedio
- KMH Unidad preajustada (km/h o mph)
- Cronómetro activo
- Cuenta atrás activa

3.2.3 Segmento inferior de la pantalla

Aquí se muestra la función actual seleccionada.

Con las teclas Mode 1 (véase 3.1.1) y Mode 2 (véase 3.1.2) se pueden seleccionar las diferentes funciones.

Con las teclas de función Mode 1 o Mode 2 se va hacia adelante. Con las teclas de función Conf. o Reset se vuelve hacia atrás.

4 Ajustes básicos

Mantenga presionada la tecla **Conf.** durante 3 segundos. En la pantalla parpadeará "ABRIR ajustes". Después aparecerá el idioma preajustado.

Si la primera vez que lo enciende saca al ROX 5.0 del modo de hibernación, irá directamente al modo de ajuste sin tener que mantener presionada la tecla **Conf.**.

Atención

El ajuste del ROX 5.0 funciona incluso durante la marcha. ¡Su concentración siempre debe estar dirigida al tránsito y a la calle!

4.1 Ajustar idioma

1 Con la tecla **Mode 1** vaya al idioma preajustado.

2 Presione brevemente la tecla **Conf.**. La indicación parpadeará.

3 Con **Mode 2** o **Reset**, seleccione el idioma deseado.

4 Guarde el ajuste con la tecla **Conf.**.
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.2 Ajustar unidad de medida

1 Con la tecla **Mode 1** vaya a la unidad de medida preajustada.

2 Presione brevemente la tecla **Conf.**. La indicación parpadeará.

3 Con **Mode 2** o **Reset** seleccione km/h o mph.

4 Guarde el ajuste con la tecla **Conf.**.
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.3 Ajustar tamaño de rueda 1 y 2

1 Con la tecla **Mode 1** vaya al tamaño de rueda 1 o al tamaño de rueda 2 preajustado.

2 Presione brevemente la tecla **Conf.**. Las dos primeras cifras para introducir parpadearán.

3 Ajuste el valor con **Mode 2** (+) o **Reset** (-).

4 Con la tecla **Mode 1** pase a la siguiente cifra.

5 Guarde el ajuste con la tecla **Conf.**.
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.3.1 Calcular tamaño de rueda

Puede averiguar el tamaño de rueda de diferentes maneras:

- Calcular conforme a la fig. A o B
- Con el tamaño del neumático (fig. C), consulte la tabla.

km/h:
WS = mm x 3.14
mph:
WS = mm x 3.14

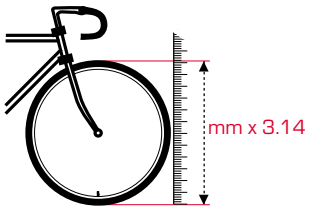


Fig. A

km/h:
WS = mm
mph:
WS = mm

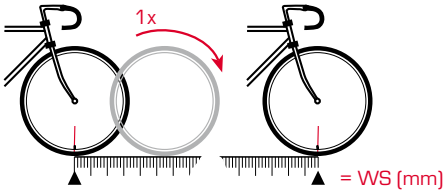


Fig. B

ETRTO (16 x 1.75 x 2)

		kmh mph
47-305	16x1.75x2	1272
47-406	20x1.75x2	1590
37-540	24x1 3/8 A	1948
47-507	24x1.75x2	1907
23-571	26x1	1973
40-559	26x1.5	2026
44-559	26x1.6	2051
47-559	26x1.75x2	2070
50-559	26x1.9	2089
54-559	26x2.00	2114
57-559	26x2.125	2133
37-590	26x1 3/8	2105
37-584	26x1 3/8x1 1/2	2086
20-571	26x3/4	1954

ETRTO (16 x 1.75 x 2)

		kmh mph
32-630	27x1 1/4	2199
28-630	27x1 1/4 Fifty	2174
40-622	28x1.5	2224
47-622	28x1.75	2268
40-635	28x1 1/2	2265
37-622	28x1 3/8x1 5/8	2205
18-622	700x18C	2102
20-622	700x20C	2114
23-622	700x23C	2133
25-622	700x25C	2146
28-622	700x28C	2149
32-622	700x32C	2174
37-622	700x35C	2205
40-622	700x40C	2224

Fig. C

4.4 Ajustar hora

1 Con la tecla Mode 1 vaya a la hora preajustada.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. Parpadeará la indicación de la hora.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Con la tecla Mode 1 vaya a los minutos.

5 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

6 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.5 Ajustar fecha

1 Con la tecla Mode 1 vaya a la fecha preajustada.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. El año parpadeará.

3 Con Mode 2 (+) o Reset (-) ajuste el año y guarde el ajuste con la tecla Conf..

4 Con Mode 2 (+) o Reset (-) ajuste el mes y guarde el ajuste con la tecla Conf..

5 Con Mode 2 (+) o Reset (-) ajuste el día y guarde el ajuste con la tecla Conf..

6 Con Mode 2 (+) o Reset (-) ajuste el formato de fecha (dd.mm.aa o mm/dd/aa) y guarde el ajuste con la tecla Conf..
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.6 Ajustar edad

1 Con la tecla Mode 1 vaya a la edad preajustada.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La indicación parpadeará.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
En la pantalla aparecerá "Config. OK".

4.7 Ajustar peso

1 Con la tecla Mode 1 vaya al peso preajustado.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La indicación parpadeará.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.8 Ajustar sexo

1 Con la tecla Mode 1 vaya al sexo preajustado (el ROX 5.0 viene preajustado en "masculino").

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La indicación parpadeará.

3 Con Mode 2 o Reset ajuste el sexo.

4 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.9 Ajustar frecuencia cardíaca máxima

1 Con la tecla Mode 1 vaya a la frecuencia cardíaca máxima preajustada.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La indicación parpadeará.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.10 Ajustar zona de entrenamiento

El ROX 5.0 dispone de 3 zonas meta. Las zonas meta "Fitness“ (Zona Fit) y "Quemar grasa“ (Zona Fat) se calculan automáticamente con su frecuencia cardíaca máx. En la zona meta "Individual" usted puede determinar los valores de frecuencia cardíaca.

1 Con la tecla **Mode 1** vaya a la zona de entrenamiento preajustada.

2 Presione brevemente la tecla **Conf.**. La indicación parpadeará.

3 Con **Mode 2** (+) o **Reset** (-) ajuste la zona de entrenamiento deseada.

4 Guarde el ajuste con la tecla **Conf.**.
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

Indicación

Durante el recorrido se le indicará si se encuentra por encima o por debajo de la zona meta. En la pantalla aparecerá una flecha indicadora de la zona junto a la frecuencia cardíaca y sonará un sonido.

4.10.1 Mostrar zona de entrenamiento en modo normal

También se puede ver gráficamente la zona en la que se entrena:

1 En modo normal, con **Mode 2** vaya a la visualización de la zona meta / % frecuencia cardíaca máx.

2 Con una barra de 3 partes situada en el segmento inferior de la pantalla se muestra el área de la zona meta preajustada en la que se está moviendo momentáneamente.

Debajo de la zona meta

En la zona meta

Arriba de la zona meta

4.11 Ajustar zona de intensidad 1, 2, 3, 4

El ROX 5.0 dispone de 4 zonas de intensidad que le facilitan el control de su entrenamiento. Los valores se calculan automáticamente con su frecuencia cardíaca máxima. Los valores porcentuales de cada zona de intensidad también pueden modificarse manualmente.

1 Con la tecla Mode 1 vaya a la zona de intensidad 1, 2, 3 o 4 preajustada.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. Parpadeará el límite inferior de la zona.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Con la tecla Mode 1 vaya al límite superior de la zona.

5 Con Mode 2 (+) o Reset (-) ajuste el valor y guarde el ajuste con la tecla Conf.. "Config. OK" aparecerá en la pantalla.

Indicación

Durante el recorrido puede ver la función de zonas de intensidad con distribución de frecuencia para su entrenamiento actual.

4.11.1 Mostrar zona de intensidad en modo normal

También se puede ver gráficamente la zona en la que se entrena:

1 En modo normal, con Mode 2 vaya a la visualización de las zonas de intensidad.

2 En el segmento inferior de la pantalla se muestran gráficamente las 4 zonas de intensidad.

3 Una flecha le indicará la zona en la que se mueve en ese momento.

4.12 Ajustar kilómetros totales bici 1 o bici 2

Aquí puede ingresar valores disponibles (por ej. traspaso de los valores de su antiguo aparato). Se sumarán los valores nuevos.

1 Con la tecla Mode 1 vaya a la distancia total de la bici 1 o de la bici 2.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La primera cifra para introducir parpadeará.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Con la tecla Mode 1 pase a la siguiente cifra.

5 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.13 Ajustar tiempo total de recorrido bici 1 o bici 2

Aquí puede ingresar valores disponibles (por ej. traspaso de los valores de su antiguo aparato). Se sumarán los valores nuevos.

1 Con la tecla Mode 1 vaya al tiempo total de recorrido 1 o 2.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La primera cifra para introducir la hora parpadeará.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Con la tecla Mode 1 pase a la siguiente cifra.

5 Cuando guarde el ajuste con la tecla Conf., parpadearán los minutos.

6 Ajuste los minutos con Mode 2 (+) o Reset (-).

7 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.14 Ajustar tiempo total de carrera

Aquí puede ingresar valores disponibles (por ej. traspaso de los valores de su antiguo aparato). Se sumarán los valores nuevos.

1 Con la tecla Mode 1 vaya al tiempo total de carrera.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La primera cifra para introducir la hora parpadeará.

3 Ajuste la hora con Mode 2 (+) o Reset (-). Con la tecla Mode 1 pase a la siguiente cifra. Guarde con la tecla Conf. el ingreso de las horas.

4 Ajuste los minutos con Mode 2 (+) o Reset (-).

5 Guarde el ajuste con la tecla Conf.
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.15 Ajustar calorías totales bici 1 o bici 2

Aquí puede ingresar valores disponibles (por ej. traspaso de los valores de su antiguo aparato). Se sumarán los valores nuevos.

1 Con la tecla Mode 1 vaya al total de calorías bici 1 o bici 2.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La primera cifra para introducir parpadeará.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Con la tecla Mode 1 pase a la siguiente cifra.

5 Guarde el ajuste con la tecla Conf.
En la pantalla aparecerá "Config. OK".

4.16 Ajustar calorías totales carrera

Aquí puede ingresar valores disponibles (por ej. traspaso de los valores de su antiguo aparato). Se sumarán los valores nuevos.

1 Con la tecla Mode 1 vaya a las calorías totales run.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La primera cifra para introducir parpadeará.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Con la tecla Mode 1 pase a la siguiente cifra.

5 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
En la pantalla aparecerá "Config. OK".

4.17 Activar alarma de zona

1 Con la tecla Mode 1 vaya a la alarma de zona.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. El ajuste actual parpadeará.

3 Con Mode 2 (+) o Reset (-) active o desactive la zona de alarma.

4 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
En la pantalla aparecerá "Config. OK".

Indicación

Durante el recorrido, la zona de alarma le avisa con un sonido en cuanto se ha salido de la zona de entrenamiento ajustada.

4.18 Ajustar contraste

1 Con la tecla Mode 1 vaya al contraste preajustado.

2 Presione brevemente la tecla Conf.. La indicación parpadeará.

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-). (1=menos/3=más)

4 Guarde el ajuste con la tecla Conf..
"Config. OK" aparecerá en la pantalla.

4.19 Salir de ajustes básicos

Para salir de los ajustes básicos, mantenga presionada la tecla **Conf.** durante 3 s.

En la pantalla parpadeará "CERRAR ajustes".

5 Funciones generales del ROX 5.0

5.1 Iluminación de la pantalla

Presionando simultáneamente las teclas **Conf.** y **Reset** se enciende/apaga la función de luz. En la pantalla se mostrará por un momento el mensaje "Luz enc. / Luz apag.".

Presionando cualquier tecla se ilumina el mensaje, recién cuando se vuelve a presionar la tecla se continuará.

Indicación

¡Durante la sincronización la iluminación no está disponible! Evite la iluminación cuando no es necesario para así ahorrar batería.

5.2 Comparación de velocidad

Si la velocidad actual difiere de la velocidad promedio, esto se indica con dos flechas ▲▼.

Si la velocidad actual no alcanza a la velocidad promedio, se visualiza ▼.

Si la velocidad actual supera la velocidad promedio, se visualiza ▲.

Si la velocidad actual es similar a la velocidad promedio, no se muestra ninguna flecha.

5.3 Función de vueltas

Con ayuda de la función de vueltas puede comenzar una nueva vuelta (o intervalo) después de haber recorrido una distancia determinada. Esto le permite comparar su rendimiento en determinadas partes de recorridos similares y realizar un entrenamiento por intervalos.

Presionando la tecla central **LAP** se finaliza la vuelta actual y se inicia automáticamente una nueva vuelta. Durante 8 segundos aparecen alternadamente la distancia y el tiempo de la última vuelta.

El pulso promedio, la frecuencia de pedaleo promedio y la cantidad de vueltas se muestran en el segmento superior de la pantalla. La velocidad promedio de la última vuelta se muestra en el segmento central de la pantalla.

En la parte inferior de la pantalla se muestran la distancia y el tiempo de la vuelta.

Después, la visualización vuelve al modo anterior.

5.4 Abrir vista de vueltas

1 Mantenga presionada la tecla LAP durante 3 segundos. En la pantalla parpadeará "ABRIR vista de vueltas".

2 Con las teclas Conf. y Mode 1 desplácese entre los siguientes valores: tiempo de la vuelta, tiempo desde inicio, distancia vuelta, distancia desde inicio, velocidad máx., frecuencia cardíaca máx., calorías.
El pulso promedio, la frecuencia de pedaleo promedio y la cantidad de vueltas se muestran en el segmento superior de la pantalla. La velocidad promedio de la vuelta correspondiente se muestra en el segmento central de la pantalla.

3 Con las teclas Reset y Mode 2 desplácese entre las diferentes vueltas.

4 Para salir de la vista de vueltas, mantenga presionada la tecla LAP durante 3 segundos.
En la pantalla parpadeará "CERRAR vista de vueltas".

5.5 Cronómetro

1 Con la tecla Mode 2 vaya al cronómetro.

2 Con la tecla Conf. inicie o detenga el cronómetro.
Cuando el cronómetro está en marcha aparece el símbolo en la pantalla.

3 Para restablecer el cronómetro:
mantenga presionada la tecla Reset durante 3 segundos.

5.6 Cuenta atrás

1 Con la tecla Mode 2 vaya a cuenta atrás.

2 Mantenga presionada la tecla Conf. durante 3 segundos. En la pantalla parpadeará "CONFIG. cuenta atrás".

3 Ajuste el valor con Mode 2 (+) o Reset (-).

4 Con la tecla Mode 1 pase a la siguiente cifra.

5 Guarde el ajuste con la tecla Conf.
En la pantalla aparecerá "Config. OK".

6 Con la tecla Conf. inicie o detenga el cronómetro.
Cuando el cronómetro está en marcha aparece el símbolo en la pantalla.
El símbolo parpadeará cuando la cuenta atrás haya finalizado.

7 Para restablecer el cronómetro al valor inicial ajustado:
mantenga presionada la tecla Reset durante 3 segundos.

5.7 Restablecer datos del recorrido

1 Mantenga presionada la tecla **Reset** durante más de 3 segundos.

2 En la pantalla parpadeará "RESET datos del recorrido".

Con esta función se restablecen los siguientes valores:
distancia de recorrido, tiempo de recorrido, velocidad ∅, velocidad máx., frecuencia de pedaleo ∅, distancia vuelta, tiempo de la vuelta, zonas de intensidad, frecuencia cardíaca ∅, frecuencia cardíaca máx., calorías.

5.8 Valores totales bici 1 y bici 2

Si solo anda en una bicicleta, se mostrarán únicamente los valores totales de la primera bicicleta.

En cuanto se sume una segunda bicicleta, se mostrarán los valores totales "Bici 1", "Bici 2" y "Bici 1+2".

5.9 Intervalos de servicio técnico

El intervalo de servicio técnico le indica en cuanto se ha alcanzado el rendimiento de kilómetros de la próxima inspección de la bicicleta. El intervalo de servicio técnico solo puede ser ajustado por un comerciante especializado. Una vez que se ha alcanzado el rendimiento de kilómetros, en la pantalla aparece "Inspección". El mensaje desaparece al presionar cualquier tecla.

5.10 Modo de transporte

En caso de ser transportada en el soporte de bicicletas o en el auto (si el ROX 5.0 está encastrado en el soporte), el ROX 5.0 se pone en modo de transporte gracias al sensor de movimiento integrado. En la pantalla aparece "Transporte". Para salir de este modo se debe presionar brevemente cualquier tecla.

5.11 Interfaz de PC

El ROX 5.0 puede utilizarse con el PC. Después de comprar el software SIGMA DATA CENTER y su estación de conexión, puede descargar rápidamente la unidad actual en su PC sin problemas. El ROX 5.0 almacena los valores actuales a un ritmo de 10 segundos en un recorrido de hasta 25 h de duración. Este recorrido se representa gráficamente en el Data Center.

Indicación

El software SIGMA DATA CENTER Software y la estación de conexión pueden solicitarse en la TIENDA SIGMA en www.sigma-data-center.com.

5.12 Transmisión de velocidad por cable

El ROX 5.0 puede equiparse posteriormente con un transmisor de velocidad con cable solo para la medición de la velocidad (la frecuencia de pedaleo y el transmisor pectoral continúan siendo inalámbricos).

6 Carrera con el ROX 5.0

El ROX 5.0 también se puede usar como ordenador para carreras. Para ello, se incluye una pulsera por separado. Al montar el ROX 5.0 en esta pulsera, se desactivan todas las funciones de bicicleta (aunque permanecen almacenadas y pueden volver a activarse cuando se monte en bicicleta nuevamente). Solo se mantendrán las funciones relevantes para la carrera. Así también puede utilizar su ROX 5.0 con datos de pulso para caminar, trepar, esquiar, correr u otros deportes.

6.1 Sincronización del transmisor pectoral

Humedecer las superficies del sensor y colocar el transmisor pectoral.

Coloque el ROX 5.0 en la pulsera. Parpadearán los ceros del pulso actual. El ROX 5.0 se sincroniza con el transmisor pectoral en menos de 10 segundos.

El pulso actual aparece en la pantalla.

6.2 Iniciar tiempo de carrera

Presionando la tecla central **LAP** se inicia o detiene el tiempo de carrera.

Cuando el tiempo de carrera está en marcha aparece el símbolo ⏱ en la pantalla.

6.3 Reiniciar tiempo total de carrera

1 Mantenga presionada la tecla **Reset** durante más de 3 segundos.

2 En la pantalla parpadeará "RESET datos del recorrido".

Con esta función se restablecen los siguientes valores:
tiempo de carrera, zonas de intensidad, frecuencia cardíaca ∅, frecuencia cardíaca máx., calorías.

7 Indicaciones, solución de problemas, FAQ

7.1 Indicaciones

7.1.1 Hermeticidad del ROX 5.0

El ROX 5.0 es hermético. El ciclista puede andar bajo la lluvia sin que esto represente un peligro para el aparato. Se pueden presionar las teclas.

7.1.2 Hermeticidad del transmisor (accesorio opcional)

Transmisor de velocidad STS, transmisor de frecuencia de pedaleo STS y transmisor de frecuencia cardíaca STS

Hermético y, por ello, adecuado para múltiples actividades deportivas.

7.1.3 Cuidado del transmisor pectoral (accesorio opcional)

El transmisor pectoral de tela COMFORTEX+ puede lavarse en la lavadora con ropa delicada +40 °C / 104 °F. Se puede utilizar detergente común.

Indicación

No se deben emplear blanqueadores o detergentes con blanqueador agregado. ¡No utilice jabón ni suavizante!

No limpiar en seco al COMFORTEX+. Ni el cinturón ni el transmisor son aptos para secadora. Tienda el cinturón para secarlo. No estrujar ni colgar o estirar estando húmedo. El COMFORTEX+ no debe plancharse.

7.1.4 Indicación de entrenamiento

Antes de comenzar a entrenar, consulte a su médico para descartar cualquier riesgo para su salud. Esto es importante principalmente si tiene alguna enfermedad cardiovascular.

Antes de utilizar nuestros aparatos, le recomendamos a las personas que tienen marcapasos que consulten con su médico si son compatibles.

7.2 Solución de problemas

No se visualiza la velocidad

- ¿El ordenador está correctamente encastrado en el soporte?
- ¿Ha verificado que los contactos no estén oxidados ni presenten corrosión?
- ¿Ha comprobado la distancia entre el imán y el transmisor de velocidad (máx. 12 mm)?
- ¿Ha comprobado si el imán está magnetizado?
- ¿Ha verificado el estado de la batería del transmisor de velocidad?

No se visualiza la frecuencia de pedaleo

- ¿Ha comprobado la distancia entre el imán y el transmisor de frecuencia de pedaleo (máx. 12 mm)?
- ¿Ha comprobado si el imán está magnetizado?
- ¿Ha verificado el estado de la batería del transmisor de frecuencia de pedaleo?

No se visualiza el pulso

- ¿Los electrodos están suficientemente húmedos?
- ¿El transmisor pectoral está correctamente colocado?
- ¿Ha verificado el estado de la batería del transmisor de frecuencia cardíaca?

Sin visualización en pantalla

- ¿Ha verificado el estado de la batería del ROX 5.0?
- ¿La batería está correctamente colocada (+ hacia arriba)?
- ¿Los contactos de la batería están bien (mueva con cuidado)?

Visualización en pantalla negra/lenta

- ¿La temperatura es demasiado alta (> 60 °C) o demasiado baja (< 0 °C)?

Indicación de velocidad errónea

- ¿Hay 2 imanes montados?
- El imán está en su posición correcta (paralelo y en el centro en relación al transmisor de velocidad)?
- ¿El tamaño de la rueda está bien ajustado?

No sincroniza

- ¿Ha comprobado la distancia entre el imán y el/los sensor/es?
- ¿La/s batería/s del / de los sensor/es está/n agotada/s?
- ¿Ha verificado el alcance del transmisor correspondiente?
- Si utiliza un dínamo de buje, modifique la posición del transmisor.

Mensaje "TOO MANY SIGNALS"

– Aumente la distancia con los demás transmisores y presione cualquier tecla.

7.3 FAQ (preguntas frecuentes)

¿Puedo realizar yo el cambio de baterías?

Todas las piezas del ROX 5.0 tienen un compartimento para baterías, con lo cual el usuario puede realizar el cambio de baterías. Antes de cerrar el compartimento de la batería, cerciórese de que el anillo de obturación esté bien colocado.

¿Puede otra persona con otro ciclo computador / monitor de ritmo cardíaco ocasionar interferencias?

El sistema de transmisión digital está codificado. Por ello, la interferencia entre dos aparatos es prácticamente imposible. En la sincronización del receptor con el transmisor, cerciórese de no haya otros aparatos SIGMA ROX cerca.

¿Cuánto dura la batería del transmisor, receptor?

La duración de la batería depende de la frecuencia de uso y del uso del regulador de luz.

Normalmente, el ROX 5.0 y los 3 transmisores están diseñados para que la batería dure al menos 1 año (con un uso de 1 hora por día).

¿El sistema de transmisión STS es compatible con otros sistemas (por ej. Bluetooth, ANT+, DTS, etc.)?

No, los diferentes sistemas de transmisión no son compatibles entre sí.

8 Especificaciones técnicas

8.1 Valores estándar, mín., máx.

	Unidad	Mín.	Máx.
Bicicleta			
Velocidad actual	kmh/mph	0,0	199,8/124,2
Velocidad ø	kmh/mph	0,00	199,8/124,2
Velocidad máx.	kmh/mph	0,00	199,8/124,2
Distancia recorrida	km/mi	0,00	9999,99
Frecuencia de pedaleo actual	rpm	20	180
Frecuencia de pedaleo ø	rpm	20	180
Frecuencia cardíaca			
Frecuencia cardíaca actual	bpm	40	240
Frecuencia cardíaca ø	bpm	40	240
Frecuencia cardíaca máx.	bpm	40	240
% de frecuencia cardíaca máx.	%	0	240
Calorías	kcal	0	99999
Tiempo			
Tiempo de recorrido	hhh:mm:ss	00:00:00	999:59:59
Tiempo de carrera	hhh:mm:ss	00:00:0	999:59:59
Tiempo total de carrera	hhh:mm:ss	00:00:0	999:59:59
Hora	hh:mm (24 h)	00:00	23:59
Fecha	DD.MM.AAAA	01.01.2013	31.12.2099
Cronómetro	h:mm:ss.1/10	0:00:00,0	9:59:59,9
Cuenta regresiva	hh:mm:ss. 1/10	00:00:00,0	9:59:59,9
Temperatura			
Temperatura actual	°C / °F	-10,0/14,0	+70/+158
Vueltas			
Cantidad de vueltas	NO UNIT	0	99
Tiemp. vuelt.	hhh:mm:ss	00:00:00	999:59:59
Tiempo desde el inicio	hhh:mm:ss	00:00:00	999:59:59
Distancia de la vuelta	km/mi	0	9999,99
Distancia desde inicio	km/mi	0	9999,99
Velocidad por vuelta ø	kmh/mph	0,00	199,8/124,2
Velocidad por vuelta máx.	kmh/mph	0,00	199,8/124,2
FCmax por vuelta	bpm	40	240
Calorías por vuelta	kcal	0	99999
Valores totales			
Distancia total de la bici 1/2 bici 1+2	km/mi	0	99999

	Unidad	Mín.	Máx.
Tiempo total bici 1/2 bici 1+2	mm:ss,x/hhh:mm:ss	00:00	999:59
Calorías totales bici 1/2 bici 1+2	kcal	0	99999

8.2 Cambio de baterías

El cambio de baterías del ciclo computador y del transmisor (velocidad, frecuencia de pedaleo y/o transmisor pectoral) se indican en la pantalla. Después de cambiar la batería, solo se deberá ingresar nuevamente la hora.

Ciclo computador *5.1*

- Abra la tapa con una herramienta.
- Quite la batería usada de la tapa.
- Coloque una batería nueva en la tapa.
- ¡Tenga en cuenta la polaridad!
- Si el anillo de obturación está suelto, vuelva a colocarlo.
- Cierre la tapa con una herramienta.

Transmisor *5.2* *5.3* *5.4*

- Abra la tapa con una herramienta.
- Quite la batería usada de la tapa.
- Coloque una batería nueva en la tapa.
- ¡Tenga en cuenta la polaridad!
- Si el anillo de obturación está suelto, vuelva a colocarlo.
- Cierre la tapa con una herramienta.

8.3 Temperatura, baterías

Ciclo computador

Temperatura ambiente +60 °C/-10 °C
Tipo de batería CR 2450 (Art. N.° 20316)

Transmisor de velocidad

Temperatura ambiente +60 °C/-10 °C
Tipo de batería CR 2032 (Art. N.° 00396)

Transmisor de frecuencia de pedalada

Temperatura ambiente +60 °C/-10 °C
Tipo de batería CR 2032 (Art. N.° 00396)

Transmisor de frecuencia cardíaca

Temperatura ambiente +60 °C/-10 °C
Tipo de batería CR 2032 (Art. N.° 00396)

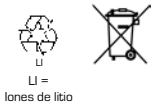
9 Garantía

Respondemos frente a las partes por defectos de acuerdo a las disposiciones legales. Las baterías están excluidas de la garantía. En casos cubiertos por la garantía, comuníquese con el vendedor al que le compró el ciclo computador. También puede enviar el ciclo computador con el comprobante de compra y todos los accesorios a la siguiente dirección. Asegúrese de pagar el franqueo que haga falta.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße

Servicio de atención +49-(0)6321-9120-140
Correo electrónico: sigmarox@sigmasport.com

Si el reclamo de garantía está justificado, se le cambiará el aparato por otro. Solo puede reclamarse el modelo actual de ese momento. El fabricante se reserva el derecho a realizar modificaciones técnicas.



¡Las baterías no deben desecharse en la basura doméstica (Ley de Baterías, BattG)! Por favor, lleve las baterías a un puesto de recepción designado para su eliminación.

Los aparatos electrónicos no deben desecharse en la basura doméstica. Por favor, entregue el aparato en un puesto de eliminación designado.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules and with RSS-210 of Industry Canada. Operation is subject to the following two conditions:

1 this device may not cause harmful interference, and

2 this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Changes or modifications made to this equipment not expressly approved by SIGMA may void the FCC authorization to operate this equipment.

This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced technician for help.

Puede encontrar la declaración de conformidad CE en: www.sigmasport.com

10 Index

A

Accesorios opcionales 8

Activar alarma de zona de entrenamiento 24

Ajustar bici 1-2

- Calorías totales 23
- Kilómetros totales 22
- Tamaño de rueda 16
- Tiempo total de recorrido 22

Ajustar cuenta atrás 27

Ajustar fecha 18

Ajustar hora 18

Ajustar idioma 16

Ajustar unidades de medida 16

Ajustar zona de entrenamiento 20

Ajustar zonas de intensidad 21

Ajustes básicos 16

C

Cambio de baterías 36

Concepto de manejo 13, 14

- Estructura de la pantalla 15
- Funciones de las teclas 13

Cronómetro 27

E

Especificaciones técnicas 34

F

FAQ (preguntas frecuentes) 33

Funcionalidad del Rox 6.0 9

Función de vueltas 26

- Abrir vista de vueltas 27

Funciones de carrera 30

- Ajustar calorías totales carrera 24
- Iniciar tiempo de carrera 30
- Tiempo total de carrera 23

H

Hermeticidad 31

I

Iluminación de la pantalla 26

Interfaz de PC 9, 28

M

Montaje del soporte 10

P

Primer encendido 11

S

Sincronización de los sensores 11

Solución de problemas 32

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße

SIGMA SPORT USA
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.

SIGMA SPORT ASIA
4F, No.192, Zhonggong 2nd Rd.,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan